

論 文

生涯教育とレクリエーション

—— レジャー時代の余暇教育 ——

久 川 太 郎

I はじめに

わが国にもレジャー時代（大衆余暇時代）が到来した。それは労働時間の短縮，週休2日制，夏季一斉休暇等の普及による労働環境条件の改善，耐久消費財の普及による女性の家事労働からの解放，あるいは人々の余暇活動に対する欲求の高まり等によるものであった。しかし急激な社会変動，産業文明の進展は価値観の変動を生じ，社会や個人に，余暇時代に対する準備をするひまを与えてくれなかった。現代の生活にみられるギャンブル，アルコール，スピード，短期集中型の旅行だけがレジャー時代の欲求を充足させるものではない。むしろこうしたものの異常なまでの普及こそが，レジャー時代に適応できなかった人間のノイローゼ現象とみるべきであろう。レジャー時代が到来した今こそ，私達は今まで常に労働と対比して見られてきた余暇を新たな視点から見直し，レジャー時代に適応できる社会体制を整えねばならない。

今回は現在のわが国の余暇活動を分析し，その問題点を明らかにして，レジャー時代に適応するための社会体制等の整備，余暇教育の必要性について述べたい。

II 現代日本の労働環境とその問題点

1日の生活時間を分類すると以下の四つに区分できる。第1は収入を得るために必要な生活時間である。これは狭義の労働時間だけではなく，職場での休息時間や着替え，通勤時間なども含むものである。現在狭義の労働時間が短縮されているのに通勤時間が長くなるため収入を

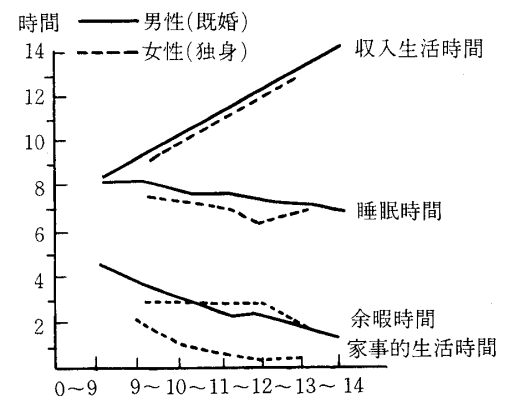


図1 収入生活時間別にみた他の生活時間

出所 藤本，下山『国民の生活時間』。

得るために必要な生活時間はさほど短縮されていない。第2は生理的な生活時間である。これは睡眠その他の休養時間，食事，入浴，身仕度などの時間であって一定限度の時間が必要である。第3は家事生活時間である。これは家庭生活の維持に必要な時間で，家事的作業と育児があげられる。この家事生活時間は年齢差が大きい，女性のみならず男性にも若干の時間が見出される。第4は社会的文化的生活時間であり余暇活動時間ともいわれる。わが国ではこの余暇活動時間は他の三つの生活時間に比較してまだ認識不足の時間である。図1は収入生活時間別にみた余暇時間の変化である。余暇時間はわが国では他の生活時間に左右される面が強いが，中でも収入生活時間との関係が強いといえよう。

1. 労働時間

欧米先進諸国では産業革命以後の歴史は，労働時間短縮の歴史であると同時に余暇時間の発

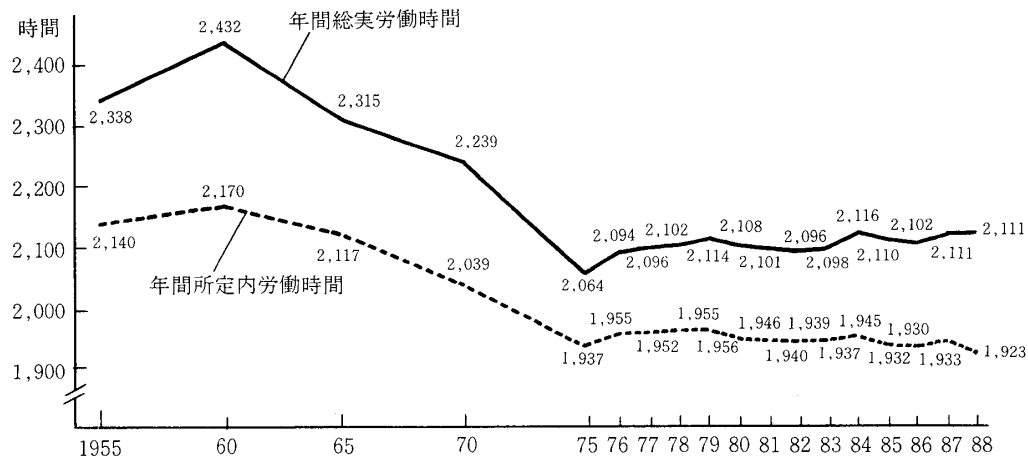


図2 労働者1人平均年間実労働時間の推移

注 1 調査産業計，事業規模30人以上。
 2 1955，60，65年はサービス業は除く。
 3 年平均月間実労働時間を12倍したもの。
 出所 労働省『毎月勤労統計調査』。

展の歴史でもあった。労働時間の短縮が一般化してきたのは第1次大戦直後からであった。1919年の第1回ILO総会ではこの国際的動向を反映して，8時間労働が採択された。これにより8時間労働にはずみがついたが，同時にこの時から労働者に余暇が意識され始めたと言えよう。すなわち8時間労働制で残業が規制されれば，労働者は平日に4時間の余裕が生じるからである。8時間労働制と時を同じくして年次有給休暇の制度も拡がり始めた。このような情勢で余暇の過ごし方が社会問題化してきたのは1920年であった。当時の余暇に対する考え方は主として企業，政府側のものであり「増大した余暇を労働者が好ましくない時間にあてるのではなく，スポーツ，勉強，社会活動，家庭生活という健全な生活に費やし，それが労働力の発展的再生産に寄与するよう善導する」という労務管理的な視点であった。1924年のILO総会では『労働者の余暇利用施設の発達に関する勧告』が採択された。このなかでは余暇の生産的価値をうたい，とくに余暇利用のためのスポーツ施設，一般教育施設などを取りあげ，その必要性を説いている。

このような先進諸国の労働環境に比較してわが国ではどうであったのだろうか。わが国の産

業革命は明治10年代から30年代にかけてであったが，その当時の労働時間は諸外国と同様に長時間労働であった。例えば紡績では深夜を含む2交替制の就業12時間，実働11時間半が一般的であった。また製紙では日の出から日没までの労働で，繊維は就業12.3～17.8時間であった。ただ男子の鉄工業などは就業10.5～12時間というのが多かった。婦人，年少者の多い繊維工場ではその労働時間がいっそう長かった。また鉱山では12時間が普通であった。このあと工場については1916年から実施された旧工場法によって，婦人年少者（15歳未満）に対する就業時間の最高は原則として12時間とされたが，これは長時間労働を合法化するようなまだ貧弱な内容であった。第1次，第2次の大戦を経て労働組合が本格的に発展するにつれ労働時間は大幅に短縮され，8時間労働の原則を規定した労働基準法が成立した。これはこれまでの過度にわたる長時間労働の修正をもたらした。しかし所定外労働時間の増大によって実働時間の短縮はあまり進まなかった。図2は労働者1人平均年間実労働時間の推移であるが，経済発展の背後には1960年を頂点とする総労働時間の延長がみられたのである。高度成長期に入ると労働力需給の逼迫と高い労働生産性の上昇を背景に着実に

短縮したが、1975年以後はほぼ横ばいで推移している。現在、わが国の労働時間は2000時間を越えており、短縮されてきているとはいふものの先進諸国と比較をすると、まだ長いことがうかがえる。アメリカ、イギリスは1900時間台、フランス、西ドイツは1600時間台となっており、わが国の労働時間は、欧米主要国に比べて年間200～500時間程度も長く1ヶ月当りに換算すると17～42時間程長いことになる。

一方科学技術の進展によりオートメーションを中心とする技術革新が進み、生産性向上運動、合理化、アメリカ式労務管理の導入などにより労働生産性が高まるにつれて職場での労働密度が強められてきた。こうして監視労働や単調労働の分野の拡大、コンピューター、事務機械の導入による事務労働の工場労働化などがすすみ、一般的には精神的疲労をとまなう労働が多くなってきた。こうした状況から余暇に対する欲求が生じてきた。また実質賃金をみると1960年に入って上昇がみられ一応の水準に達した。こうした実質賃金の上昇から労働者のなかに余暇に対する欲求がしだいに強まってきた。

このように生産革命後の100年間に、労働時間は著しく短縮されてきた。以前の週70～80時間労働が、欧米の先進諸国では週40時間に短縮され、さらに週休以外の休日、休暇が増加したのである。したがって労働時間が半減したわけである。前に述べた通り労働時間の短縮は通勤時間の延長によって影響を受けているがそれでも短縮の傾向にある。しかしこの労働時間の短縮にともなって生じた時間はすべて自由時間（レジャー時間）の増加に結びつくわけではない。まず自由時間の増加は生理的生活時間の充実に向けられる段階があった。さらに自由時間の活動が休養、新聞、雑誌から友人との交際、趣味、娯楽へと移り、自由時間そのものの枠の増大にはさして目立ったものはないが、その枠内の配分に変化がみられる段階があった。これは自由時間の活動が受け身型から積極型へ、静的なものから動的なものへ、あるいは創造的活動への転換を示すものと言えよう。すなわち労

働時間の短縮はある意味では余暇時間の発展の歴史と考えてもよいのである。

2. 休 日

都市の巨大化により通勤時間が長くなると、労働者には労働時間短縮のメリットが少なくなり、週6日労働より週5日労働を要求するようになってくる。さらに実質賃金も高まるとレジャーを楽しみたいという欲求も強まってくる。レジャー活動にとっては、こま切れの時間より丸1日の方がはるかに利用価値が高いわけである。さらに乗用車の所有率が上昇し50%近くになってくると、2日連続の休日の欲求が高まってくる。そのため1日の労働時間を若干延長しても1日の休日を取ろうとすることになった。こうして欧米先進国で始まった週休2日制は日本でも一般化してきた。この週休2日制の実施は労使の自由的な協定ないしは就業規則によって行われているものであり、法律で規制している国はない。法律では週労働時間、1日の労働時間をおさえているのであり、週休2日制は週労働時間の配分の問題として考えられているのである。日本の週休2日制は欧米先進諸国に比べるとひどく立ち遅れたが、現在では多くの企業で実施されるようになった。この立ち遅れは何よりも週労働時間が長いことがその一因であったが、労働者側からみれば、レジャー意識が欧米諸国と相当開きがあったからなのであろう。各種の生活時間調査でも明らかなように、わが国のテレビ等を見聞きする時間はヨーロッパの2倍にも達しており、このテレビに片よったレジャー活動では2日続きの休みはそれ程強く意識されなかったわけである。しかし余暇活動の大型化、大衆化によって週休2日制への欲求が高まってきた。昭和62年の労働時間制度調査によると週休2日制は定着し、週休2日制の適用を受ける労働者の割合は77.6%、そのうち完全週休2日制は28.5%となっている。週休2日制を実施している企業の割合は、昭和45年4.4%、46年6.5%とこの段階では一部の企業が先駆的に採用しているにすぎなかったが、昭和

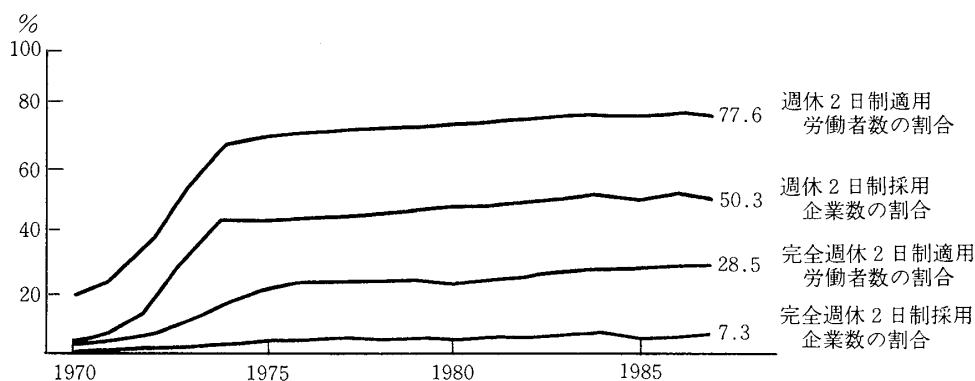


図3 週休2日制普及率の推移

注 1 調査産業計，企業規模30人以上。

2 1983年以前は各年9月末，1984年以降は各年12月末現在。

出所 労働省『賃金労働時間制度等総合調査』。

表1 週休2日制の形態別企業数の割合

企業規模	週休2日制の形態	計	完全	月3回	隔週	月2回	月1回
規模計 (30人以上)		50.3	7.3	4.7	9.6	12.1	16.7
1,000人以上		93.3	37.0	16.3	13.4	15.7	10.9
100～999人		68.6	11.7	7.7	13.3	18.0	17.9
30～99人		41.7	4.6	3.1	8.0	9.6	16.4
10～29人		29.4	2.5	0.8	3.4	6.5	16.2
5～9人		19.5	1.9	1.3	2.1	3.8	10.4
1～4人		13.8	2.3	0.7	2.1	2.0	6.8

出所 規模30人以上は労働省『賃金労働時間制度等総合調査』昭和62年。

規模1～29人までは労働省『労働時間総合実態調査』。

表2 適用労働者数の割合

企業規模	週休2日制の形態	計	完全	月3回	隔週	月2回	月1回
規模計 (30人以上)		77.6	28.2	9.5	12.5	15.6	11.6
1,000人以上		95.6	49.9	12.1	13.3	14.9	5.8
100～999人		74.6	15.7	9.9	14.1	19.2	15.7
30～99人		44.7	5.2	3.4	7.8	10.7	17.6
10～29人		31.1	2.6	1.0	3.2	7.0	17.3
5～9人		19.3	1.7	1.3	2.0	3.9	10.4
1～4人		14.2	2.1	1.0	2.1	2.3	6.7

40年代後半になって急速に普及し，50年代に入りそのテンポは鈍化したものの引き続き緩やかに進展し，昭和62年では50.3%と定着した。この週休2日制の実態をみると昭和48年までは月1回が最も多かったが，今では完全週休2日制の適用を受ける労働者が28.2%と最も多い。しかしその内容は企業規模や業種によって著しい

差があり，大企業の週休2日制が95.6%に対して中企業74.6%小企業では44.7%で完全週休2日制の適用を受けている労働者は大企業で49.9，%中企業で15.7%，小企業で5.2%と完全週休2日制はまだ先になりそうである。

一方週休2日制等の労働時間の短縮にともなって合理化が実施され，労働管理がきびしく

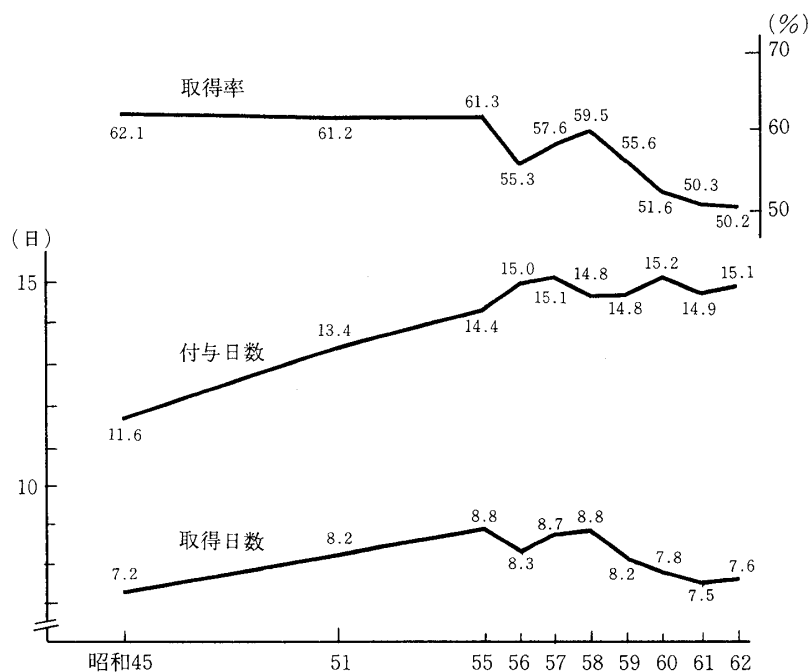


図4 労働者1人平均年次有給休暇の推移

注 調査産業計，企業規模30人以上。

出所 労働省『賃金労働時間制度等総合調査』『賃金構造基本統計調査』『労働者福祉施設制度等調査』。

なったところも多い。日経連の調査によると労働時間短縮に際して「労働密度，生産性の向上を前提とすることについて労使間で何らかの合意があった」という企業は56.6%を占め，「合意なし」27.0%である。その内容については「組織面の合理化，簡素化」6.3%，「工程の合理化」は13.3%，「出退勤の厳格化」11.1%，「休憩時間の変更」10.3%，「時間研究の実施」19.0%，「標準作業時間の設定」25.9%など各種の合理化が実施されている。これらの合理化によって労働時間の短縮にもかかわらず総生産が「増加したもの」17.5%，「減少したもの」4.8%，「変化なし」43.4%と，資本の負担となった時間短縮の例が非常に少なかったのである。一般的には，労働時間の短縮は労働者にとって疲労を軽減し，単位時間あたりの労働能率を引きあげ，総生産量を維持または増大させる報告が国際的にも数多く出されている。

年次有給休暇に関して，労働者1人平均年次有給休暇の推移が図4である。日数でみると日本は先進国より遅れている。特に最近の10年間

にわずか1日しか増加していない。しかし更に問題になるのは，その取得日数がここ数年低下傾向で推移していることである。年次有給休暇を6日以上使わなかった理由として，「後で多忙になるし，同僚にも迷惑になる」25.7%，「病気や急な用事のために残しておく」17.8%，「職場の雰囲気年次休暇を取りにくい」15.7%，「上司がよい顔をしないから」5.7%，「精皆勤手当がもらえないから」5.4%などがあげられている。更に「休んでもすることがないから」6.3%がある。これらから年次有給休暇を取得しなかった理由をみると，周囲への気がね，病気等の有事への配慮などとともに，休暇をうまく使えないという問題点が浮かんでくる。

夏季休暇等について実施している企業の割合は1969年の36.2%から1971年の51.2%と年々増加しており，現在ではゴールデンウィークや夏季においては9割近くの企業で実施されている。その内訳をみると，製造業での実施割合が高くまたその平均連続休暇日数も製造業の方が多い。

このようにわが国でも先進諸国からみるとま

表3 連続休暇の実施状況（昭和63年のゴールデンウィークにおける連続休暇実施予定状況）

	実 施 割 合	平均連続休暇日数
製 造 業	94.3%	5.4日
非 製 造 業	85.1	3.6
計	90.1	4.6

表4 昭和63年の夏季における連続休暇実施予定状況

	実 施 割 合	平均連続休暇日数
製 造 業	91.8%	7.4日
非 製 造 業	73.2	4.7
計	83.0	6.3

出所 労働省労働基準局「ゴールデンウィーク期間における連続休暇について」「夏季における連続休暇の実施予定状況について」。

だ不十分だが、時間短縮や週休2日制、夏季等休暇といった形で総労働時間の減少がみられてきた。この傾向は大企業だけでなく、中小企業においても、求人難、あるいは労働に対する価値観の変動等もあって、週休2日制、一斉閉店などの形をとって労働時間の短縮を図るという動きも目立ち、また定着してきている。この動きは、労務管理的視点だけでなく、必要不可欠な労働条件の一部だという考え方が労働者のみならず、企業でも意識されたからであろう。昭和62年度の総実労働時間は所定内労働時間が1933時間、所定外労働時間178時間で計2111時間である。出勤日数261日欠勤日数3日、労働日数263日となり休日休暇日数は102日である。休日休暇の内訳は週休79日、週休以外15日、有給休暇8日である。これから年間3.5ヶ月の休日休暇があるわけである。しかしこの状況も先進諸国の中ではひどく遅れている。年間の休日（365日から労働日を除いたもの）を比較してみると、日本は112日、アメリカ134日、イギリス135日、西ドイツ144日、フランス137日となり欧米主要国では日本より約1ヶ月休日が多いことになる。日本でも昭和63年5月27日に閣議決定された経済運営5ヶ年計画で、労働時間の短縮について週40時間労働制の実現を期し、年

間総労働時間を計画期間中に、1800時間程度に向けできる限り短縮することを目標にしているが、前にも述べた通り、所定外労働時間が減少しないためあまり改善されていない。しかし週休2日制が完全に実施されれば、年間の休日は104日になる。それに週休以外の祭日15日と個人の有給休暇を20日とすれば年間139日の休日を持つことになる。年間4ヶ月半ほどの休暇を持つわけで、計画的に使用すれば余暇生活は充実するはずであるが、そこで問題になるのは、余暇活動は休日日数だけでなく、余暇に対する価値観の相違も大きな因子となることである。

3. 現代の労働形態の問題点

現代の労働は、科学技術の進展により基幹的作業形態の著しい変化をもたらした。すなわち身体的作業から監視的、保守点検的、簡単な機器の操作作業へと移行する。他面経済のソフト化、サービス化の進展にともなって創造的な面が要求されてくる。今までは新入りの労働者も勤続年数が長くなるにつれて熟練工、熟練事務員として精神的にも経済的にも安定したわけである。しかし、近年の技術革新により作業は生産の工程が細分化され、おのおのの工程で労働者があまり身体を動かさないで身体の一部を繰り返し使ういわゆる単純反復作業の形態をとる。この労働形態の変化は熟練工を否定するものである。これにより熟練工（熟練事務員）はその優位を失うわけである。この影響は生産工場のみならず、今までの工場とは異質の労働形態として扱われてきた販売事務などの分野にも拡大してきており、労働力の流動化を高めてきた。これらの作業形態の変化と、それにともなう熟練工、熟練事務員の否定は、今までの身体的疲労ではなく、むしろ心身の相関した疲労を生じてきている。労働者の健康調査によると、「現在健康である」が77.3%、「不調を感じている」が18.6%という結果である。また「何らかの自覚症状がある」と答えた人は全体の82.7%と高い割合を占めている。この自覚症状の種類をみると、「肩、首筋のこり、背中、腰の痛み」が

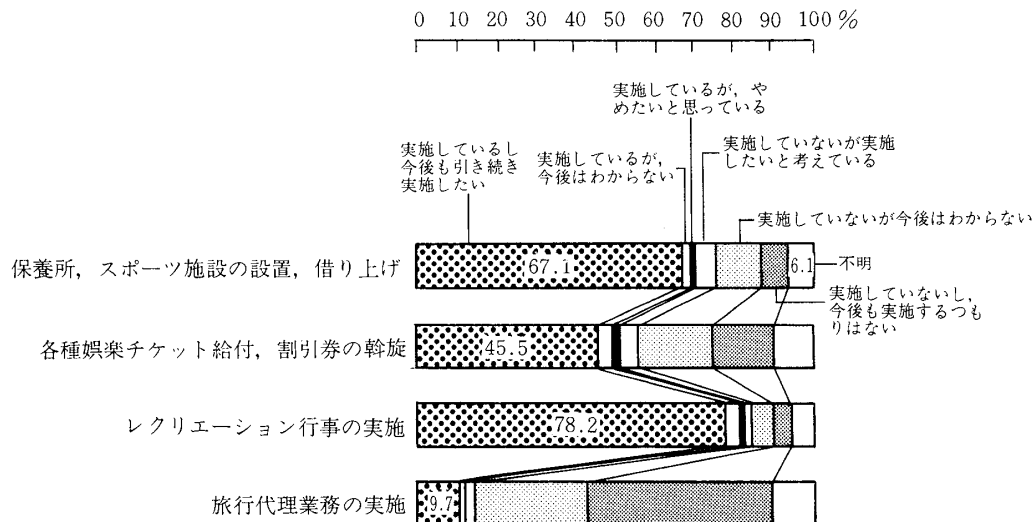


図5 従業員の余暇活動への援助

一番多く、次いで「目のかすみ・疲れ」、「視力低下」「下痢、便秘・腹痛」が続いている。こうした現代の労働による疲れは、睡眠や休憩をとるだけでは回復しにくくなってきている。さらにこれらの人間疎外感、労働への自信喪失のため精神的苦痛を背負う傾向も認められる。こうして労働者に問題の多い労働環境の中で健全な人間としての健康を保ち、人間らしい生活をしようとする意識が高まってきたわけである。このため企業としても従来の、その日の労働で失ったものを補給するという意図ではなく、心身の健康の増進、教養面の向上等の目的でレクリエーション施設を労働条件の一部として設置しようとする傾向が広まってきた。この労働者の余暇活動への援助には保養所、スポーツ施設の設置、借り上げ、各種娯楽チケットの給付、割引券の斡旋、レクリエーション行事の実施、旅行代理業務の実施等が行われている。しかし労働活動も生活行動の一部である以上、労働自体に人間性を回復することができなければ、余暇を本来の目的に使うことは難しいであろう。仕事に人間的満足を感じることができるようになった時、余暇はその価値を高めるであろう。

Ⅲ ライフサイクルとレジャー

余暇活動は人の一生を通じて行われる活動で

はあるが、その持つ意義は発達段階で異なる。まず人の出生から老衰にいたる過程をみると、個体は形態的にも機能的にも多くの変化をとげる。この変化により人の一生は、①乳児・幼児・小児期、②思春期、③成熟期、④更年期、⑤老年期の五区分とすることができよう。出生直後から乳児期までは、身体的にも精神的にも未熟である。個体の発育はまず個体維持のための身体発育がみられ、ついで種族保持に必要な性の成熟がみられ、成人となる。この新生児から成人に到るまでの過程は、形態と機能が同時に発育を遂げるものではなくて、準備期とその後の飛躍的变化を遂げる時期があり、それが思春期である。ついで個体の最盛期に入るが、男性にあっては20～30歳の10年間、女性においては17～25歳前後がこれにあたる。男女とも30歳をすぎる頃からエネルギー代謝や性機能の両面において徐々に老化が起こってくる。女性には更年期があり、これを境にして性機能の衰えが目立つようになる。このような人の身体的機能的成熟を基準にしてその活動内容を分類すると図6のようになる。すなわち家庭教育、学校教育の教育の時代があり、次に労働、社会教育の時代があり、次いで定年後の老後の時代という区分である。

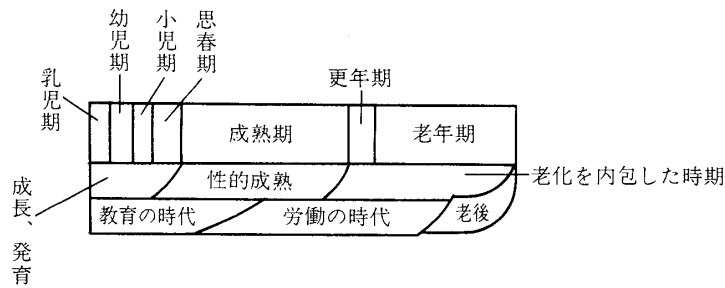


図6 ライフサイクル

1. 教育の時代の余暇活動

幼少年期を初めとする教育の時代のなかで、幼少年期は余暇活動が身体的にも精神的にも成長発育の力になる時期である。この時期は、各種の遊戯や遊びを通して社会人となるための学習をし、さらに身体発育をなし遂げているのである。このように教育の時代は第1の余暇時代でもある。この時期の余暇活動の欠如が、後になって余暇時間の使い方がわからないといった状況を生み出すことになると思われる。

2. 労働の時代の余暇活動

この労働の時代が人の一生の大半を占めている。この時代の前半は身体的にも頂点を迎え、仕事に生きがいを感じる時代でもある。この充実した時期は余暇を罪惡視する傾向もあったが、人間自身が分析されるにつれて、現在では労働や余暇についても新しい見方がされてきている。とくに若い入社後5年以内の人達は「仕事は仕事」「余暇は余暇」という考えを持つようになっている。

この時期の後半にはもう身体の形態、機能の両面に老化が始まるわけで、余暇生活も、より活動的なものから静的なものへという転換が行われる時期でもある。スポーツのような身体を動かすことを前提してなされる余暇活動は、運動量の少ないものへの転換が行われるようになる。

一般的にこの労働の時代においては近年の労働時間の減少、週休2日制の普及、夏季休暇等の増加により生活サイクルのなかで余暇活動が

大きな要素として浮かびあがってきた。すなわち、労働のみがこの時代を左右する因子ではなく、他面ではこの時期が余暇生活を包みこむわけで、そのために、労働と余暇活動に対して新しい見方が必要となってきたわけである。またこの時期の余暇活動は次にくる老後の時代の余暇活動の準備を行う重要な時期でもあり、余暇活動のなかでも特別の意味を持つ時期である。

3. 老後の時代

日本では労働組合の要求の一つに定年延長がある。これは定年を早く迎えることがその人間の幸せを示す一つの指標となっている欧米先進国とは異なる。すなわち、日本においては定年後の生活はきわめて不安定な要素が多くあり、定年を迎えてから過ごさねばならない長い期間の生活を支えるために定年を延長して経済的な保障を得ることが現在の重要な課題の一つになっている。将来、欧米先進国並みに老年期が心配のない社会福祉制度が確立した時には、レジャー志向型の老年期が期待できよう。しかしこの老年期をレジャー人生として送るためには、どうしてもそのための準備が必要である。時間を過ごすために適切な手段を持ち合わせていないで膨大な自由時間の前に急に置かれた時、人は大きなとまどいを感じるはずである。これは老人だけではない。成人の週休2日制や夏季等の休暇の使い方からもいえる。すなわち、あまりの日本的な休暇の過ごし方にその問題点があるのである。

このように老年期への準備は、成年期におけ

る重要な課題といえる。さらに平均寿命の延長とともに、老後の時期はかつてのように活動能力を失った人生の余りの部分ではなく、まだ活動能力を十分に持った時代であり、自由時間を中心とした生活が待っており、老後の時代において人間は完全なレジャー人となれるということも言えよう。この老後の時代では、人間はそれまでの仕事の論理からレジャーの論理へと転換して生きてゆくわけである。こうして我々は老後の時代を、人生における最後の重要な時期として考え直さねばならなくなっているのである。

以上のように余暇生活は人間にとって、固定的な関係だけを持つものではなく、むしろ人間のライフサイクルの各段階において、人間にとってさまざまな要素を示し、多くの意味を持ちながら全体的にはその価値が恒常的であるといえる。人間のノイローゼ現象がみられる現在レジャー時代に適応できなかったレジャーとレジャー時代に適応する余暇教育が必要となってくる。この余暇教育は学校、家庭、社会を問わず、現在緊急の問題として考えられねばならない。

Ⅳ 現代の余暇活動

1. 余暇活動の目的

わが国にも余暇時代が到来した。週休2日制は、社会制度として定着してきている。さらに年間の休日も102日になり、所得水準も高まると国民の余暇活動への欲求が高まってきたが現状ではまだ休養型で欧米型の知人、隣人とのつきあい（パーティ）が中心の余暇活動とは差がある。余暇活動の目的は、①休養（心身を休める。気分転換）、②周囲の人との結びつきを円滑にする（人とのつきあいを円滑にする。家族とのつながりを深める。まわりの人から認められる）、③創造的活動（知識や情報を得る。創造し未知のものにふれ人間性も高める）、④そのこと自体を楽しむ、の四つに分類される。日本の余暇活動を年齢別にみると、青年期とそれ以後の時期には著明な相違がある。青年期の

余暇活動の目的は男女とも、①知識や情報を得る、②創造したり未知のものに触れ人間性を高める、があげられる。しかし青年期以後は、「心身を休める」が余暇活動の目的の第1位となっている。働き盛りの労働者の環境がいかに心身の休養を必要としているかということであろう。しかし、そこにはわが国の余暇に対する認識がまだ貧弱であることが認められる。

男女間で、年代別で相違が認められるものに「知識・情報」、「人々とのつきあい」がある。知識・情報の獲得は、男子において一生を通じて重要な目的となっているが、女子では一番下の子供が小中学生になると重要度が失われてくる。これは職業上の必要性による差であると考えられる。

2. わが国の余暇活動

わが国の余暇活動は、「平日型」、「休日型」、「3日以上の長期の休暇型」の三つに区分される。

a. 平日の余暇活動

平日の余暇の過ごし方をみると図8の通りで「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌などの見聞き」が断然多く、「家族との団らん」、「何もしないでのんびりする」と続いている。テレビ視聴時間は欧米諸国でも女性が長いことが指摘されているが、日本では男女とも長いことが特徴で、欧米の1.5倍もテレビ視聴時間が長い。行楽や散策などの戸外活動が横ばいとなっているのはテレビの視聴時間があまり短縮されないというところにあり、そこに日本人の余暇活動の問題点がみられる。すなわち、わが国では余暇環境（社会制度、施設の整備）が依然として改善されず、テレビが一番手っとり早いということであり、次に余暇と余暇活動に対する安易な考え方がみられることである。以上のように平日の余暇活動は依然として休養型、疲労回復型が多い。これらは労働者の健康調査からも裏づけられる。

現在、人々が自分の健康についてどう感じているかを「労働者の健康状況の実態」からみる

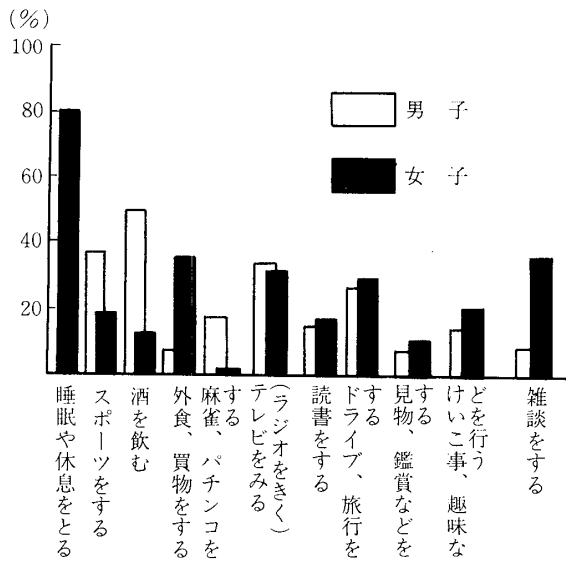


図7 疲労、ストレスの解消方法別労働者の割合

と、「現在健康である」77.3%、「不調を感じている」18.6%である。また「何らかの自覚症状がある」と答えた人は全体の82.7%と高い割合を示している。その自覚症状の種類をみると、「肩・首筋のこり、背中・腰の痛み」が多く、次いで、「目のかすみ・疲れ」、「視力低下」、「下痢、便秘、腹痛」が続いている。こうした疲労感、ストレスをどう解消しているのかをみると、「睡眠や休養をとる」75.6%と圧倒的に多い。以下「酒を飲む」35.6%、「テレビ、ラジオ」33.8%、「スポーツをする」30.4%などの順となっている。性年齢別にみると、男女いずれの年齢層も「睡眠や休息をとる」が最も多くなっているが、このほか男子では若年層で「スポーツをする」、「ドライブ、旅行をする」が多く、中高年層で「酒を飲む」が多くなっている。一

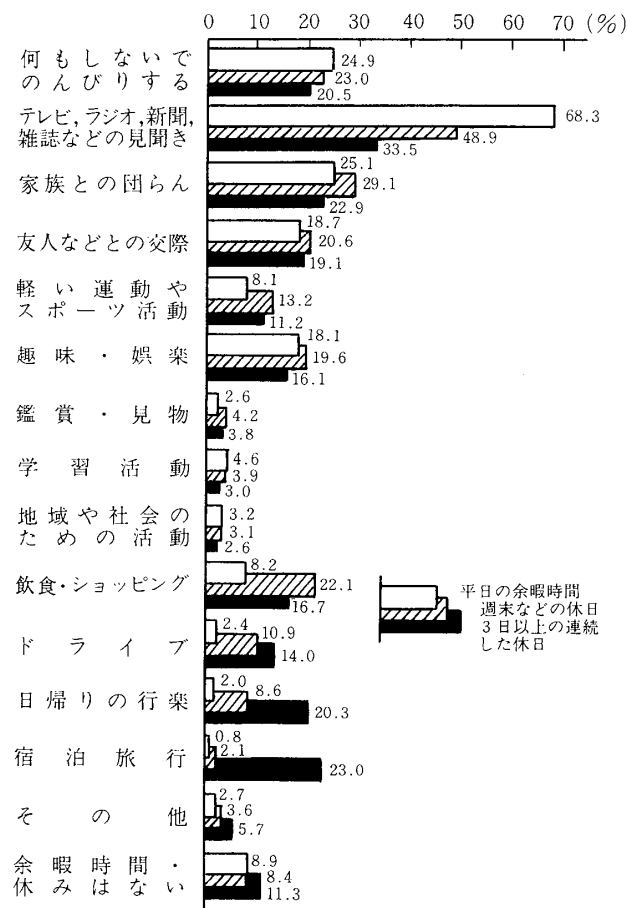


図8 余暇の過ごし方

出所 総理府「余暇と旅行に関する世論調査」昭和61年1月。

方女子では40歳未満の年齢層で「雑談をする」，「外食，買物をする」が多く，40歳以上の年齢層では「テレビ，ラジオの見聞き」が最も多い。職種別にみると「睡眠や休息をとる」が各職種とも圧倒的に多いが，管理職，専門職，技術職，研究職に「スポーツをする」が多く，管理職，運輸職，建設職で「酒を飲む」が他の職種に比べて多くなっている。このようにわが国の平日の余暇活動は，休養型，疲労回復型であるといえよう。

b. 休日の余暇活動

休日の余暇活動をみると平日と同様に，「テレビ，ラジオ，新聞，雑誌などの見聞き」が一番多いが，「家族との団らん」，「友人などとの交際」，「軽い運動やスポーツ活動」，「趣味，娯楽」，「飲食，ショッピング」といった室内から戸外へ，あるいはより創造的な活動が多くなる傾向が見られる。

c. 3日以上連続の休暇の余暇活動

3日以上連続した休暇での余暇活動としては，「宿泊旅行」，「日帰りの行楽」，「ドライブ」など，室内より戸外へ，また費用がかかる余暇活動の占める割合が多くなっている。

V 日本のレクリエーションの問題点と今後の方向

1. 能動的・創造的なレクリエーションへ

余暇活動の現状で明らかになったように，日本のレクリエーション活動は「テレビ」，「休養」等の受動的，休養，疲労回復が主眼となっている面が強い。さらに団体旅行等にみられる集団的な余暇活動であることが指摘される。しかし，余暇活動の目的が，疲労の回復のみならず，知識や情報を得て，創造し未知のものに触れる，人間性の回復，さらには人間らしい活動，生き方を目指すものであるならば，能動的，創造的な余暇活動へと向かわねばならない。レジャー時代が到来した現在，私達は，マスコミ宣伝による欲望の膨張ではなく，自分の生き方にかかわる問題を扱っているという態度がレクリエーション活動になくてはならないのである。

2. 時間多消費型のレジャーへ

日本の労働時間は短くなっているが，所定外労働時間を含めた実労働時間は減少しておらず昭和50年からほぼ横ばいで推移している。今後レクリエーションの形態が家族中心となるためには，家事労働時間がさらに減少することが必要である。また家事の省力化が現在以上に進むことで，家族の心のむすびつきが更に進むと思われる。さらに社会体制としては有給休暇を連続的に取得することと，有給休暇の完全消化ができる労働環境にすることが必要である。わが国の年次有給休暇の取得率の低さは，周囲への気がねや病気等の有事への配慮も多く，これらが日本人の余暇活動を貧弱にしていると考えられる。ふだんの生活におけるゆとり感（ふだんの生活が仕事や家事，学業などで精いっぱいか，それとも好きなことをしたり，休むゆとりがあるか）をみると現役の勤労世代の25～50歳でゆとり感が乏しく，20～24歳と高齢層ではゆとりがあるとする人が多い。また以前と違って生活の力点に住生活，食生活をあげる人は減少し，レジャー余暇生活に今後の生活の力点をおく人々が増加している。このようにレジャー時代が到来した現在，余暇に使われる費用よりむしろ連続して取得できる有給休暇の完全消化と，さらに労働時間の短縮による自由時間の増加が，今後の時間多消費型のレジャーにぜひ必要なものになるであろう。

3. 余暇活動中の事故の防止

わが国のレジャーは以前と比較すると欧米型のレジャーに近づき，一見望ましいようにみえるが，それは表向きのことであり，本当のゆとりのなかでのレジャーには程遠いと思われる。それはゴールデンウィーク，夏季休暇の過ごし方でも明らかなように，日本では，余暇活動がきわめて限られた時間と場所で実施されているからである。このためスポーツ，旅行等のレクリエーションの実施にあたっては殺人的な利用度が生じる。また過密スケジュールによって駆け足のレジャーになりやすく，海水浴，登山，

ハイキングにおける事故が問題になる。また近年移動に車が利用されるため往復とも交通渋滞に疲れ、イライラを募らせると大事故につながる危険性がある。このようにわが国の余暇活動が本来の目的からはずれて、むしろ疲労を増加させている傾向もある。今後余暇活動はさらに大衆化され個性化するわけで、平日に休暇を取りやすくすることによって、余暇施設の効率的活用を行うことも重要になってくる。

4. 企業の福利厚生施設等の充実

従来日本の余暇活動は企業の福利厚生面に強く影響されてきたが、現在でも状況はあまり変わっていない。企業の福利厚生はいままでは住宅問題が主であったが、今後は福利厚生施設、とりわけレクリエーション施設の充実が緊急の課題であり、教養、娯楽施設、体育施設、保養所等の施設の充実が望まれる。

5. 公共的空間、施設、サービスの充実

現在、生活の場での余暇活動をする際問題になるのは公共的な場と施設の欠如ならびにサービスの悪さがある。大都市生活者において特に体育館その他の公共的施設の不足により、日常的余暇活動にスポーツを実施するのは困難である。今後、安く良質な公共の宿泊施設の充実、スポーツ・文化センターの整備、さらに身近な公園や公共施設が余暇活動の充実にとって望まれる。さらに余暇関係の支出のなかでも明らかなように、交通費の増大は宿泊をともなった旅行や日帰りの行楽をする時に障壁になっていることがうかがえ、余暇活動のための交通費の軽減を図ることも重要な課題である。

以上のようにわが国にレジャー時代が到来したといっても、レジャーの時間や費用に本当のゆとりがなく、表向きの華やかさとは裏腹にゆとりのあるレジャーには程遠い。今後さらに大衆化、個性化してゆくレジャー時代に対応した社会体制と施設の整備によって、ゆとりあるレジャーが可能となるのである。

VI 余暇時代に生きる教育

欧米の先進国からは大分遅れはしたが、わが国にもレジャー時代が到来した。しかし急激な社会変動、産業文明の進展は、価値観の変動を生じ、レジャー時代に対する社会と個人の準備を完了させるひまを与えてはくれなかった。その結果わが国の余暇活動は、平日、休日、3日以上以上の長期の休日のいずれをみても、まだレジャーブームに踊らされており、余暇に対するアンバランスな感覚が強く感じられる。すなわちわが国の余暇活動は、短期集中型のレジャーである半面、休んでもすることがないという理由で有給休暇を取得しない人さえいる。もうすでに、自由時間を持てあます人が出現しているのである。アンケート調査によると今後の生活の力点は従来の住生活、食生活、あるいは電気器具、家具、自動車などの耐久消費財ではなく、レジャー、余暇生活におく人が一番多いが、そのレジャー、余暇生活をどう過ごすのかについてはまだ暗中模索の人が多いのである。このように自由時間をもてあます現象は小中高校生、あるいは大学生にもみられる。彼らの余暇時間は、テレビ、予習・復習、ブラブラ行動で終わる。高校生や大学生ではアルバイトが加わる。大学生のなかにはアルバイト時間が極端に長い学生も少なくはない。これらの余暇時間に行われるもののなかには主体性や創造性のないものも多い。そこには余暇教育の教師役が雑誌や週刊誌等のマスメディアだけであることがうかがえる。今後ますます大衆化され、個性化するレジャーに適応するためには、学校あるいは社会で余暇教育がライフサイクルに沿って実施されることが必要である。

余暇教育の主たる目的は趣味やスポーツを楽しむ能力を育成することである。現在、人々は趣味やスポーツに人間疎外からの救済を求め、熟練性や独創性を要求し、職人芸を生かす楽しみが残っていると信じている。そしてその活動は、各人がその技術に応じて生活の場で実施できるものであった。しかし、文明の進展により

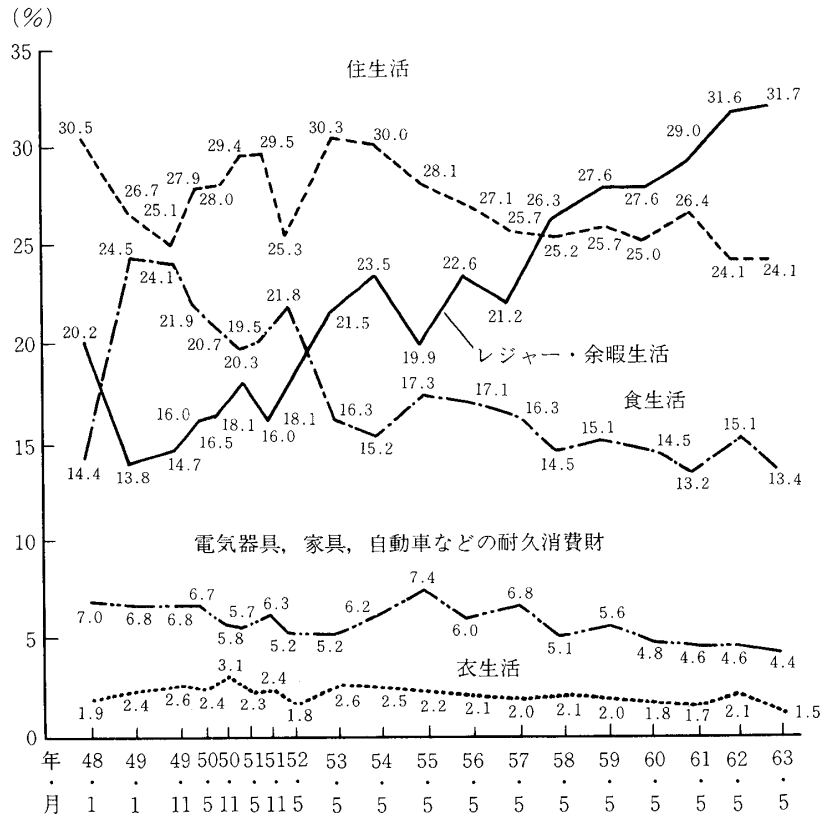


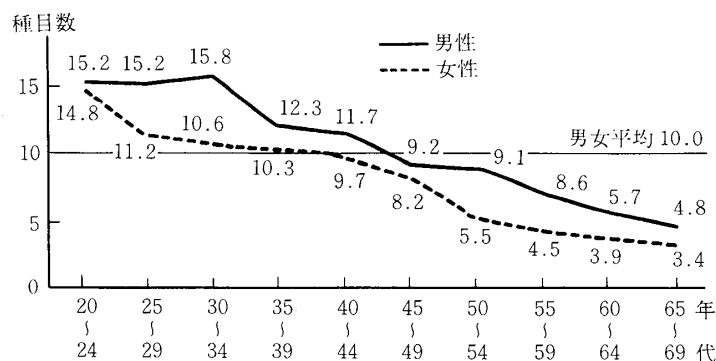
図9 今後の生活の力点

出所 総理府「国民生活に関する世論調査」。

価値の転換が生じ、スポーツなどではそれを実施する環境の悪化も重なってより一部の者によって高度化され、一般大衆は観客にまわってしまっている。むろんスポーツ愛好者にとっては高度化されたスポーツを見て楽しむこともできるわけだが、一方ではだれもが主役となることができるスポーツ施設、スポーツの大衆化が望まれる。

わが国では余暇活動の多く、特にスポーツ活動では、そのほとんどが学校教育のなかで経験されたものであった。余暇活動は学校での教育に影響されてきたのである。今後、ますます大衆化され、個性化するレジャー時代に適応するためには、学校教育でも心身のバランスのとれた発育とともに高齢化社会に適応するための心身の準備のための教育とともに、レジャー時代に適応する余暇教育が実施されねばならない。たとえば、高校、大学においては、正課、クラブ・サークル活動に新たな側面が加わらねばな

らない。現在、大学の体育実技に、従来のスポーツ種目に、ゴルフ、ボウリング、ジョギング、フリスビー、テニス等が加えられてきている。テニスを除くと、実施している大学はまだ多くはないが、そこにはレジャー時代に対応しようとする姿がうかがえる。しかし今後さらに正課の授業だけでなく学校教育のあらゆる場面でレジャー時代に対応するための意識や能力を高める教育がなされる必要がある。むろん余暇教育は学校だけでなく、地域でも公共機関を主体にした場で、趣味やスポーツを楽しむ能力を育成することが急務である。余暇開発センターによるやればできる余暇活動の種目数をみたのが図10である。これから、やればできる余暇活動の種目数は年齢が高まるほど種目数が減少する傾向にあり、高齢層ほど余暇能力が低いことがうかがえる。その原因は年齢による体力的な問題も大きな要素であるが、同時にそこには、社会における余暇教育の欠如が考えられる。社会人



＜スポーツ＞			＜趣味・創作＞		
1卓球	23水泳	46文芸の創作(小説、詩、和歌など)	68華道	＜ゲーム、娯楽＞	
2バドミントン	24アイス・スケート	47油絵を画く	69おどり(日舞など)		
3キャッチボール、ソフトボール	25ローラースケート、スケート・ボード	48日本画を画く		70囲碁	
4野球	26ボクシング	49彫刻		71将棋	
5ボウリング	27レスリング	50洋楽器の演奏		72麻雀	
6サッカー	28柔道	51和楽器の演奏		73ビリヤード	
7ラグビー	29剣道	52民謡、謡、詩吟など		74花札	
8バレーボール	30合気道	53コーラス		75百人一首	
9バスケットボール	31空手	54陶芸			
10ゲートボール	32太極拳、拳法	558mm映画、VTR制作			
11ゴルフ	33スキー	56編物			
12テニス	34登山、キャンプ	57織物			
13ジョギング、ランニング	35乗馬	58工芸(組みひも、ペーパークラフト、草細工、彫金など)			
14鉄棒、床運動	36サイクリング	59演劇、演芸(自ら演じる)			
15棒高とび	37釣り	60機械組立、機械いじり			
16短距離走、ハードル	38狩猟、射撃	61日曜大工			
17砲丸投げ、槍投げ	39サーフィン	62園芸			
18重量挙げ(ウェイトリフティング)	40ヨット	63洋裁			
19ジャズ・ダンス、エアロビクス・ダンス	41カヌー、カヤック、ボート	64和裁			
20社交ダンス	42スキングアイビング	65料理			
21ディスコ・ゴーゴー	43モーターボート	66書道			
22フォーク・ダンス	44スカイダイビング	67茶道			
	45ハング・グライダー				

図 10 やればできる余暇活動の種目数

出所 (財)余暇開発センター「西暦2000年の労働と余暇」, 昭和60年7月。

の趣味やスポーツを楽しむ能力を育成するためには、各種の教室や講習会の開催があげられよう。次いで各種の作品展、競技会等の余暇行事の開催があげられる。さらに余暇活動を仲間と楽しむためにクラブ・サークルの形成、あるいは活動の場の提供等が必要である。これらの活動が地域に定着した時に、余暇活動は個性豊かな活動になり、休養型、疲労回復型から創造型へと移行してゆくと考えられる。

Ⅶ おわりに

わが国の余暇活動はレジャー時代到来といわ

れ、表向きは一見したところ華やかにみえるが、まだ本当のゆとりのなかでのレジャーには程遠い。また相変わらず悲惨な海、山の事故や交通事故が絶えない。それはレジャー時代に適応できなかった人々のノイローゼ現象であるとも考えられる。

今後ますます大衆化され個性化するレジャー時代に適応するためには、レジャー時代に適応した社会体制や施設の整備をするとともに、学校や公共機関において趣味やスポーツを楽しむ能力を育成する余暇教育の実施が現在の重要な課題である。